

RUOKALISTA 1

VIIKOT 33,39,45,51

2020

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka/välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, juusto, tuorekurkku	Mango-broilerikastiketta, ohra jäävuori-kurkku-persikkasalaatti kasvisvaihtoehto Papu-kasviscurrya	Luonnonjogurtti ja kotimaisia marjoja	Merimiespihvi amerikankurkku/maustekurkku
Ti	4-viljanpuuro sämpylä, tuorejuusto, hedelmä	Kirjolahikiusaus punajuuri-omenasalaattia kasvisvaihtoehto Punajuuri-kasviskiusaus	Ruusunmarjakiisseli	Makkarakeitto kirsikkatomaatti
Ke	Mannavelli leipä, levite, kinkku, tomaatti	Tyrnävän myllyn ohrapuuro suomalaisia marjoja/marjakiisseli tuorelisä silloin kun on kiisseli juusto ruisleipää	Kananmunaa Karjalanpiirakka Vanhukset: marjat/kiisseli	Porokiusaus viinirypäle
To	Ruishiutalepuuro PK Murot/mehukeitto leipä, levite, hedelmä	Jauhemaksapihvit, perunamuusi. kaali-puolukkaraaste kasvisvaihtoehto Papu-linssipihvi	Vanhuksille: mansikkaviili PK hedelmä	Janssoninkiusaus punajuurisalaatti
Pe	Riisihiutalepuuro leipä, levite, makkara, porkkanapala	Hernekeittoa, pehmeä leipä, juusto, tomaattiviipale, sinappia kasvisvaihtoehto Kasvishernekeittoa	Vanhuksille: Ohukaiset PK Mansikkaviili	Jauhelihakeitto paprika
La	Orahiutalepuuro leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Kesäkeittoa Tomaatti	Vispipuuro	Broilerkiusaus suolakurkku
Su	Vehnähiutalepuuro leipä, levite, leikkele	Kaalikääryleet Perunasose/kastike/uunijuurekset puolukka	Sitruunakakku	Riisipuuro Mustikkakiisseli

Ruokalistan muutokset mahdollisia

RUOKALISTA 2

VIIKOT

34,40,46,52

2020

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka /välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, kinkku tomaatti	Lihapyörykät, ruskeakastike, kuoripäälliset annosperunat, suvisalaattia kasvisvaihtoehto Juures-voipapupyöryköitä	Marjakiisseliä	Maksalaatikko Puolukka
Ti	4-viljanpuuro leipä, levite, juusto, hedelmä	Sadonkorjaajan broilerikeittoa, tuorepalaa moniviljaleipää kasvisvaihtoehto Tomaattinen linsseikeitto	vanhukset: vanhan ajan viili Pk sämpylä ja hedelmä	Ohrasuurimopuuro Kotimaisia marjoja
Ke	Ohrahiutalepuuro leipä, levite, makkara, kurkku	Tonnikala-pastapaistosta kaali-punajuuriraaste kasvisvaihtoehto Kasvis- pastapaistosta	Mangorahka	Rössypotut omenalohko
To	Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara paprika	Nakkikastiketta kuoripäällisiä annosperunoita porkkanaraaste kasvisvaihtoehto Juures Jafrezi	Mansikka- raparperiikiisseliä	Silakkalaatikko punajuurta
Pe	Kaura-riisihiutalepuuro leipä, levite, juusto juurespala	Pinaattikeittoa tomaattia/kurkkua karjalanpiirakkaa kananmunaa	Metsämarjajogurtti	Jauhelihakiusausta melonikuutio
La	Ohrahiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Porsaanliha-juures- keittoa, kirsikkatomaatti	Appelsiiniikiisseliä	Kasvissoseikeitto karjalanpiirakka/levite kananmuna
Su	Vehnähiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Jauhelihakääryleitä Perunasose ja ruskeakastike Sienisalaatti	Uunijuustoa ja marjahilloa	Riisipuuro Marjasose

RUOKALISTA 3

VIIKOT 35,41,47,53

2020

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka/välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, kinkku kurkku	Jauhelihakastike, kuoripäälliset annosperunat, uunijuureksia mandariinicoleslaw kasvisvaihtoehto Härkkäpapubolognesea	Boysenmarjakiisseliä	Riisrakiusaus hedelmä mix
Ti	4-viljanpuuro sämpylä, levite, juusto juurespala	Keltainen uunikala, kuoripäälliset annosperunat meloni -kesäkurpitsa-parsakaaliraaste kasvisvaihtoehto Kikherne-kasvishöystö	Vaniljakiisseli ja marjoja	Ohrasuurimopuuro Mehukeittoa
Ke	Ohrahiutalepuuro leipä, levite, makkara tomaatti	Juustoinen porkkanasosekeittoa raejuusto täysjyvässämpylä hedelmä kauden mukaan	Sämpylä, tuorejuusto vanhukset: valmiskiisseli	Säilykelihakeittoa coctailkurkkua
To	Ruishiutalepuuro PK Talon tapan leipä, levite hedelmä	Liha-makaronilaatikka porkkanaraastetta salaattisiemeniä, ketsuppia kasvisvaihtoehto Kasvis-makaronilaatikka	Mustikkarahka	Broilerikeittoa Viili, marjoja
Pe	Mannapuuro leipä, levite, juusto Marjasose	Lihakeittoa, kurkkuviipale ruisleipä kasvisvaihtoehto Metsäsienikeittoa / Härkiskeitto	Vadelma- granaattiomenajogurtti	Tonnikalalaatikko Punajuuri
La	Ohrahiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Kaali-jauhelihakeittoa Tuorekurkku/suolakurkku	Mangokiisseliä	Siskonmakkarakeittoa kirsikkatomaatti
Su	Vehnähiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Härkä-pekonihöystö Kermaperunat Hedelmäinen kaalisalaatti	Marjapiirakka	Riisipuuro Mansikkakiisseli

Ruokalistan muutokset mahdollisia.

RUOKALISTA 4

VIIKOT 36,42,48

2020

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka/välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, juusto kurkku	Lohikeittoa perunalimppu, porkkanapala kasvisvaihtoehto Kasvissosekeittoa	Luonnonjogurttia ja ananas	Savulapaksiusaus kirkas punajuurisalaatti
Ti	4-viljanpuuro leipä, levite, makkara juurespala	Matruusin lihaperunavuoka kaali-kesäkurpitsa-mandariiniraaste kasvisvaihtoehto Tomaattinen kauraperunavuoka	Jäätelö PK Hedelmä	Lapinukon keitto tomaatti
Ke	Ohrahiutalepuuro leipä, levite, kinkku tomaatti	Curry-broilerikastike ohra jääsalaatti-herne-ananas salaatti kasvisvaihtoehto Lumoava quornpata	Mansikkarahka	Jauheliha-kasviskeitto banaani
To	Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara paprika	Tyrnävän myllyn ohrapuuroa marjoja/mansikkakiisseli tuorelisa kiisseli päivänä juusto ruisleipä tuorepala kauden mukaan	Mansikkakiisseli PK Pitsapala	Kasvislasagnetta melonikuutio
Pe	Vehnähiutalepuuro Sämpylä, tuorejuusto kurkku	Jauheliha-perunasoselaatikkaa porkkanaraaste kasvisvaihtoehto: kasvis-perunasoselaatikko	Banaaniviili	Porsaanlihakeitto pasteija
La	Ohrahiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisa/lisäke	Nakkikeitto Paprika	Sekahedelmäkiisseliä	Broilerherkku Hedelmäinen grillisalaatti
Su	Vehnähiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisa/lisäke	Uunilohi, sitruunakastike Perunamuusi Punajuurisalaatti	Vispipuuroa	Riisipuuro Mustikkakiisseli

Ruokalistan muutokset mahdollisia

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka/välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, juusto tuorekurkku	Juustoinen seikeitto Rieska tuorepalaa kauden mukaan kasvisvaihtoehto Juustoista kasviskeittoa	Persikkakiisseliä	Musaka marjoja
Ti	4-viljanpuuro leipä, levite, makkara tomaatti	Hot tomatoes kalkkunapata, ohra hedelmäinen kaalisalaatti kasvisvaihtoehto Välimeren kasviskastiketta	Vatkattu mustaherukkapuuro	Kesäkeitto appelsiiniKuutio
Ke	Ohrahiutalepuuro leipä, levite, kinkku juurespala	Makkarakeitto pehmeä leipä, juusto, tuorelisä Soijanakkikeitto	Ruusurahka	Riisipuuro marjat
To	Ruishiutalepuuro PK Murot/mehukeitto leipä, levite, makkara paprika	Kapteeninkalakuviot/ lohimurekepihvi perunasose porkkana-hernesalaattia kasvisvaihtoehto Punajuuripihvejä	Mansikkasoppa PK Sämpylä, tuorejuusto	Jauheliha-perunalaatikko kesäsalaatti
Pe	Vehnähiutalepuuro leipä, levite, kinkku tomaatti	Aurinkovuoren makaronilaatikka maissi-meloni-jäävuorisalaattia, ketsuppia vanhukset:liha-makaronilaatikko	Kerrosviili PK Hedelmä	Kaalilaatikka puolukka
La	Ohrahiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Rössypotut Hedelmä	Boysenmarja- kiisseliä	Tonnikalapastavuoka punajuorisalaatti
Su	Vehnähiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Stroganoff Perunasose Rapea kaalisalaatti	Leipäjuusto ja hilloa	Ohrasuurimopuuro Hedelmäkiisseli

Ruokalistan muutokset mahdollisia

RUOKALISTA 6

VIIKOT 38,44,50

2020

PV	Aamupala	Lounas	Jälkiruoka/välipala	Päivällinen
Ma	Kaurapuuro leipä, levite, makkara tuorekurkku	Lempää kanakeitto tuorepala kauden mukaan juusto ruisleipä kasvisvaihtoehto: Lempää kasviskeitto	Kuningatarkiisseliä	Kirjolahikiusaus Punajuurta
Ti	4-viljanpuuro leipä, levite, juusto tomaatti	Pinaattiohukaisia porkkanaperunasosetta vihersalaatti puolukkahillo	Luonnonjogurtti ja soseutetut marjat	Juustoinen pasta-pekonivuoka tomaattilohko
Ke	Mannapuuro leipä, levite, kananmuna, juurespala	Jauheliuhakeitto sämpylä, juustoa hedelmä kasvisvaihtoehto Tuorehernesosekeitto	Kinuski- puolukkarahka	Engelsmannin kanakeitto viinirypäle
To	Ruishiutalepuuro PK Murot/mehukeitto leipä, levite, juusto paprika	Uunimakkara, perunasosetta kurkkuinen kaalisalaatti, ketsuppi, sinappi kasvisvaihtoehto Kasviskroketti	Hedelmäsalaattia	Maitopuuro marjasose
Pe	Vehnähiutalepuuro leipä, levite, leikkele kurkku	Broilerilasagnetta ketsuppia meloni-kukkakaali-jäävuorisalaattia kasvisvaihtoehto Kasvislasagnetta	Mustikka- vadelmajogurtti	Kasvissekeitto pasteija
La	Orahiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Lihakeitto Tuorekurkku	Luumukiisseliä	Silakkalaatikka omenalohko
Su	Vehnähiutalepuuro (maito) leipä, levite, leikkele tuorelisä/lisäke	Lindströminpihvi Kermaperunat, kastike Aurinkosalaatti	Mustikkakukkonen & vaniljakastike	Riisipuuro Mehukeitto

Ruokalistan muutokset mahdollisia